

預防跌倒及降低傷害!!



手杖(Cane)輔具的正確使用

手杖的使用方式

1. 身體防直放鬆，不要彎腰駝背。
2. 正確的手抓握，(如圖一)
3. 手腕彎曲應小於45度。
4. 避免手杖太短或太長，全身姿勢不良時容易造成腰酸背痛。

正確姿勢 拐杖太高 拐杖太短

手杖的使用教學

1. 雙腳平行站立(步驟1)
2. 手杖和右腿同時跨出(步驟2)
3. 雙腿向前走(步驟3)→重複循環

步驟一 步驟二 步驟三

中風病人的移位術教學

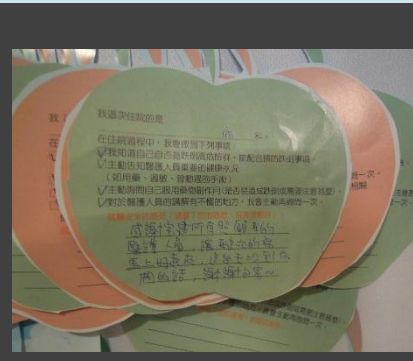
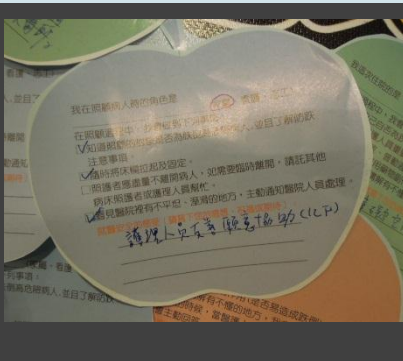
由床上坐起

1. 先令病人朝向健側。
2. 以健側好腳將患側腿移到床沿下。
3. 以健側好手將上身慢慢撐起。
4. 若病人好手力量不夠時，看護者可幫忙推其上身，直到上身保持正直為止。

圖 4 圖 5 圖 6



如何正確使用輔具



響應卡回饋